

Common cold & Flu

دور البرد و الأنفلونزا

هذا الجدول يشرح أهم الاختلافات بين دور البرد العادي و الأنفلونزا
مع العلم بأن العلاج واحد تقريباً في الحالتين

	Common cold دور البرد العادي	Influenza (Flu) دور الأنفلونزا
Cause	Viral infection commonly caused by "Rhinovirus"	Viral infection caused by influenza virus
Symp.	<ul style="list-style-type: none"> - Cold symptoms usually start gradually - <u>Commonly presented by :</u> غالباً يسببها بالأعراض دي <ol style="list-style-type: none"> 1. Sore throat التهاب بالحلق 2. Runny nose رشح 3. Blocked nose احتقان بالأنف 4. Sneezing عطس 5. Productive cough كحة بلغم - <u>Rarely presented by :</u> <ol style="list-style-type: none"> 1. صداع - رعشة 2. تكسير في العظم 3. سخونية بسيطة 4. اجهاد 	<ul style="list-style-type: none"> - Flu symptoms usually start quickly within hours - <u>Commonly presented by :</u> غالباً يسببها بالأعراض دي <ol style="list-style-type: none"> 1. Fever (38 – 40) سخونية 2. Severe aches ألم بالعظم 3. Severe fatigue إرهاق شديد 4. Headache صداع 5. Chills رعشة 6. Dry cough كحة ناشفة - <u>Rarely presented by :</u> <ol style="list-style-type: none"> 1. رشح 2. عطس 3. التهاب الحلق 4. احتقان الأنف
Season	<u>Not seasonal</u> يتحصل طوال السنة	<u>Seasonal</u> يتحصل في شهور الشتاء و الخريف
Severity	<u>No serious complications</u> ملوش مضاعفات خطيرة	<u>Some serious complications</u> بعض المضاعفات مثل الالتهاب الرئوي

الأعراض المذكورة في الجدول تعني فقط أن معظم حالات الأنفلونزا أو البرد العادي تأتي بهذا الشكل لكن توجد حالات غير كلاسيكية تكون الأعراض فيها متشابهة لكلا الحالتين و هي ليست بالقليلة

عموماً دور البرد أو الأنفلونزا ينتهي بكل أعراضه في خلال أسبوع أو أسبوعين لكن الكحة قد تستمر لفترة أطول تصل لأسبوع أو اثنين فيما يسمى Post-viral cough خصوصاً في الأطفال

Treatment of common cold & Flu

1. Bed rest , warm drinks

يرتاح على قد ما يقدر + يشرب حاجات دافئة زي البنسون أو الليمون الدافي

2. Drugs for Common cold & flu

توجد أدوية البرد و الأنفلونزا بكثرة في السوق و معظمها يحتوي على مسكن و خافض حرارة مع مزيل للاحتقان مثل سودوايفدرين أو مضاد للحساسية

For adults للبالغين

❖ Analgesic + Pseudoephedrine

إسوبروفين مع مزيل للاحتقان

Cetaphed tab	20 tab .. 5.5 LE
Brufen cold tab	20 tab .. 18 LE
Powercaps caps	20 caps .. 9 LE

باراستامول مع مزيل للاحتقان (للناس اللي معدتها بتتعب)

Adol cold tab	24 tab .. 8 LE
Panadol cold & flu tab	20 tab .. 35 LE

الجرعة قرص ٣ مرات يومياً

الفرق بين Panadol & Panadol extra

- ✓ Panadol : Paracetamol 500 mg only
- ✓ Panadol extra : Paracetamol 500 mg + Caffeine

عليه كافيين لزيادة تأثير الباراستامول لكنه لا يفضل مع مريض القلب و الضغط

❖ Analgesic + Pseudoephedrine + 1st gen. antihistaminic

مسكن + مزيل للاحتقان + مضاد حساسية مفيد في الحالات المصحوبة بعطس ورشح لكنه من النوع الأول الذي يسبب النعاس (قد يؤثر على التركيز و القدرة على العمل)

Comtrex tab	10 tab .. 8 LE
Congestal tab	10 tab .. 4.5 LE
Cold free tab	10 tab .. 4.5 LE
One two three tab	10 tab .. 3 LE

بعض الشركات طرحت أنواع مضاف عليها الكافيين للتقليل من النعاس

Flustop tab	20 tab .. 3 LE
Flurest tab	20 tab .. 4 LE

الجرعة قرص ٣ مرات يومياً

❖ Analgesic + Pseudoephedrine + 2nd gen. antihistaminic

مسكن + مزيل للاحتقان + مضاد حساسية مفيد في الحالات المصحوبة بعطس ورشح لكنه من النوع الثاني الذي لا يسبب النعاس

Allercet cold caps	10 caps .. 8 LE
--------------------	-----------------

قرص واحد يومياً

❖ Night & Day tablets

بعض الأدوية تتوافر في السوق على شكل أقراص ملونة منها ما يؤخذ بالنهار و تحتوي على كافيين حتى لا تسبب النعاس و أقراص تؤخذ ليلاً بدون الكافيين

Coldex tab	9 tab .. 2 LE
Night & day tab	10 tab .. 2.5 LE

قرص نهاراً و قرص ليلاً

في حالة الرشح الشديد

يوجد بعض الأدوية الفعالة قد توصف بالإضافة إلى الأدوية اللي فوق في تحتوي على Pseudoephedrine + Antihistaminic

Actified tab (12 tab .. 3 LE)
Clarínase tab (14 tab .. 12.5 LE)

قرص صباحاً و مساءً

أدوية البرد في مرضى القلب

لا تستخدم معظم أدوية البرد في مرضى القلب بسبب وجود:

1. Pseudoephedrine → Tachycardia
2. 1st gen. antihistaminics (atropine like action) → Tachycardia
3. Caffeine → Tachycardia

لذلك ينصح باستخدام

- Paracetamol فقط (Panadol – Paramol)
- 2nd gen. antihistaminic (Zyrtec – Histazine)

For Pediatrics للأطفال

لا تستخدم معظم أدوية البرد في الأطفال أقل من سنة

و يعطى مسكن و خافض حرارة عادي بدلاً منها (بروفين أو باراسيتامول)

❖ Analgesic + Pseudoephedrine

Brufen flu susp 7 LE

Dolo-D syrup 6 LE

❖ Analgesic + Pseudoephedrine + 1st gen. antihistaminic

One two three syrup 5 LE

Congestal syrup 5 LE

Sine up syrup 2.5 LE

الجرعة ملعقة صغيرة أو كبيرة ٣ مرات يومياً

كيفية اختيار خافض الحرارة أو المسكن المناسب في الأطفال

- أقل من ٦ شهور : Paracetamol فقط
- من ٦ شهور – سنة : Paracetamol أو Ibuprofen
- أكبر من سنة : Paracetamol أو Ibuprofen أو Declophenac

3. Nasal decongestant

نقط تقلل من احتقان الأنف (لو موجود)

يجب ألا تزيد فترة الاستخدام عن ٣ – ٤ أيام لأنه قد يؤدي الى زيادة الاحتقان

- **For adults**

Otrivin adult drops الأفضل 3 LE

نقطتين بكل فتحة أنف ٣ مرات يومياً لمدة ٤ أيام بحد أقصى

Afrin adult drops 2 LE

نقطتين بكل فتحة أنف مرتين يومياً لمدة ٤ أيام بحد أقصى

- **For Pediatrics** لا تستخدم في الأطفال أقل من سنة

Otrivin ped. drops 3 LE

نقطتين بكل فتحة أنف ٣ مرات يومياً لمدة ٤ أيام بحد أقصى

Afrin ped. drops 2 LE

يومياً لمدة ٤ أيام بحد أقصى مرتين نقطتين بكل فتحة أنف

- **For neonates & pregnant woman**

للحوامل أو الرضع أو لو عايز تستخدم حاجة للاحتقان لفترة طويلة بدون آثار جانبية يفضل اللجوء الي القطرات المحتوية على محلول ملح

Otrivin baby saline 3 LE

Lyse 2 LE

نقطتين بكل فتحة أنف ٣ مرات يومياً (قبل الرضاعة بربع ساعة في الأطفال)

4. Anti-cough medications ستشرح لاحقاً

5. Antibiotics

المفروض ان المضادات الحيوية ليس لها أي دور في علاج أدوار البرد و الأنفلونزا

لكن توجد بعض الحالات التي ستلجأ فيها لاستخدام المضاد الحيوي مثل:

- ✓ **History of recurrent 2ry bacterial infection**

لو في تاريخ مرضي وحش مثلاً الدور قلب بالتهاب رئوي أو التهاب شعبي حاد

- ✓ **Persistent severe cough suggesting acute bronchitis**

كحة شديدة مش بتنيم المريض مع اشتباه في التهاب شعبي حاد

الثقافة العامة المنتشرة في المجتمع هي اللجوء للمضادات الحيوية لعلاج أدوار البرد ويجد الأطباء صعوبة بالغة في وصف رويشة للبرد لا تحتوي على مضاد حيوي